

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TENTANG BEBAN KERJA DENGAN
STRES KERJA PADA KARYAWAN PT. X DI MANGKUYUDAN,
NGABEYAN, KARTASURA, SUKOHARJO**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi



Diajukan Oleh:

Ida Furi Sukmawati

F 100124025

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2020

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TENTANG BEBAN KERJA DENGAN
STRES KERJA PADA KARYAWAN PT. X DI MANGKUYUDAN,
NGABEYAN, KARTASURA, SUKOHARJO**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam
Mencapai Derajat Gelar Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan Oleh:

Ida Furi Sukmawati

F 100124025

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TENTANG BEBAN KERJA DENGAN
STRES KERJA PADA KARYAWAN PT. X DI MANGKUYUDAN,
NGABEYAN, KARTASURA, SUKOHARJO**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

IDA FURI SUKMAWATI
F 100124025

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:
Pembimbing,

Surakarta, Januari 2020



Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si., Psi.

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TENTANG BEBAN KERJA DENGAN
STRES KERJA PADA KARYAWAN PT. X DI MANGKUYUDAN,
NGABEYAN, KARTASURA, SUKOHARJO**

Disusun Oleh:

IDA FURI SUKMAWATI

F 100124025

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Fakultas Psikologi

Pada hari Rabu, 12 Februari 2020

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

1. Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si., Psi.

(Penguji Utama)

(.....)

2. Dr. Daliman, SU

(Penguji Pendamping I)

(.....)

3. Drs. Mohammad Amir, M.Si, Psi.

Penguji Pendamping II

(.....)

Surakarta, 12 Februari 2020

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan



Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si., Psi.

NIK/NIDN. 838/0624067301

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrohmaanirrohim

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ida Furi Sukmawati

NIM : F 100124025

Fakultas/Jurusan : Psikologi/ Psikologi

Universitas : Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul Skripsi : HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TENTANG BEBAN
KERJA DENGAN STRES KERJA PADA KARYAWAN
PT. X DI MANGKUYUDAN, NGABEYAN, KARTASURA,
SUKOHARJO

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan bukan merupakan skripsi dari jasa pembuatan skripsi. Apabila saya mengutip dari karya orang lain, maka mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia menerima sanksi apabila terbukti melakukan plagiat ataupun membuat skripsi dan jasa pembuatan skripsi dalam menyusun karya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan.

Surakarta, 23 Februari 2020

Yang membuat pernyataan,


Ida Furi Sukmawati

MOTTO

“Seseorang akan menjadi hebat jika dan hanya ia berusaha sesuai dengan apa yang ia minati.” (Benjamin Disraeli - Coningsby)

“Bekerja bukan hanya untuk mencari materi. Bekerja adalah bermanfaat bagi orang banyak.” (Merry Riana)

*“Semakin keras kamu berusaha, semakin nikmat rasanya ketika kamu berhasil.”
(Anonim)*

PERSEMBAHAN

Sujud serta syukur penulis panjatkan kepada Allah *Subhanahu wa-ta'ala* atas segala curahan cinta dan kasih sayang-Nya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad *Sallallahu alayhi wasallam* dan para Sahabat yang mulia.

Dengan segenap cinta, penulis persembahkan karya sederhana ini kepada:

1. Ibu penulis tercinta Sri Rahayu, Bapak Sugiono tersayang yang senantiasa memberikan kasih sayang serta doa tiada henti untuk kesuksesan penulis. Ucapan terimakasih saja tidak akan pernah cukup untuk membalas semua kebaikan dan pengorbanan beliau berdua. Semoga karya sederhana dari penulis ini dapat membanggakan dan menghadirkan senyuman di wajah mereka.
2. Suami penulis Daryono dan anak penulis tersayang Aysha yang sudah mendukung dan senantiasa menemani setiap pengerjaan skripsi.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah menganugerahkan segenap nikmat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini melibatkan banyak bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Maka dari itu dengan segala hormat, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si., Psi. selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta sekaligus pembimbing akademik dan pembimbing skripsi yang telah memberikan ijin penelitian bagi penulis dan telah berkenan meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan ilmu serta sabar membimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak Wawan selaku Pimpinan PT. X, Mangkuyudan, Ngabeyan, Kartasura, Sukoharjo yang telah memberi ijin untuk menyebarkan skala guna mengumpulkan data penelitian yang diperlukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Mbak Manja, Mas Ahmad, Ndoko, Tasya, Mas Dipa tersayang, terima kasih telah mendidik, memberikan doa, motivasi, semangat, cinta, kasih, sayang, dan memberi contoh hidup yang baik kepada penulis sehingga menjadi pribadi yang baik.
4. Dina dan Al mahasiswa tersantai di dunia, yang bersama-sama menyelesaikan setiap mata kuliah hingga wisuda.
5. Terimakasih kepada teman-teman seangkatan The Last 2012 yang berjuang bersama di akhir semester 2020.
6. Terima kasih kepada google yang telah membantu saya mendapatkan segala informasi yang saya butuhkan selama ini.
7. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, terimakasih atas bantuan dan dukungannya.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis berharap karya tulis ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan bagi pembaca.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Surakarta, 23 Februari 2020

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
ABSTRACT	xviii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	6
C. Manfaat Penelitian	7
 BAB II LANDASAN TEORI	
A. Stres Kerja.....	8
1. Pengertian Stres Kerja.....	8

2. Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja	9
3. Aspek Stres Kerja	12
4. Dampak Stres Kerja	13
5. Pendekatan Stres Kerja.....	14
B. Persepsi Tentang Beban Kerja	16
1. Pengertian Persepsi Tentang Beban Kerja	16
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Persepsi Tentang Beban Kerja	17
3. Aspek Persepsi Tentang Beban Kerja	19
C. Hubungan Persepsi Tentang Beban Kerja dengan Stres Kerja	21
D. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian	26
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	26
1. Stres Kerja	26
2. Persepsi Tentang Beban Kerja.....	26
C. Subjek Penelitian	27
1. Populasi	27
2. Sampel	27
3. Teknik Pengambilan Sampel	28
D. Metode dan Alat Pengumpulan Data	28
1. Stres Kerja	28
2. Persepsi Tentang Beban Kerja.....	30

E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	31
1. Validitas	31
2. Reliabilitas	32
F. Metode Analisis Data	32
BAB IV LAPORAN PENELITIAN	34
A. Persiapan Penelitian	34
1. Orientasi Kancan Penelitian	34
2. Persiapan Alat Pengumpulan Data	36
B. Pelaksanaan Penelitian.....	37
1. Penentuan Subjek Penelitian	37
2. Pengumpulan Data.....	37
3. Pelaksanaan Skoring	38
4. Perhitungan Uji Validitas dan Reliabilitas Aitem	38
C. Hasil Analisis Data.....	40
1. Uji Asumsi	41
a. Uji Normalitas	41
b. Uji Linieritas	42
2. Uji Hipotesis.....	42
3. Sumbangan Efektif	43
4. Kategorisasi	43
D. Pembahasan	44
BAB V PENUTUP	50
A. Kesimpulan	50

B. Saran-Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1	<i>Blue Print</i> Skala Stres Kerja	29
Tabel 2	<i>Blue Print</i> Skala Persepsi Tentang Beban Kerja.....	31
Tabel 3	Rincian Waktu Kerja Karyawan PT Sejati Cipta Mebel	35
Tabel 4	Komposisi Aitem Skala Persepsi tentang beban kerja Hasil <i>Expert Judgement</i>	39
Tabel 5	Komposisi Aitem Skala Stres Kerja Hasil <i>Expert Judgement</i>	40
Tabel 6	Hasil Uji Normalitas	41
Tabel 7	Hasil Uji Linieritas	42
Tabel 8	Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i>	42
Tabel 9	Norma Skala Persepsi Tentang Beban Kerja	44
Tabel 10	Norma Skala Stres Kerja	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Bagan Hubungan Persepsi Tentang Beban Kerja dengan Stres	
	Kerja.....	25
Gambar 2.	Bagan Hubungan Persepsi tentang Beban Kerja terhadap Stres	
	Kerja	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Hasil <i>Expert Judgement</i> Validitas Isi.....	56
Lampiran 2	Hasil Reliabilitas	59
Lampiran 3	Uji Asumsi (Uji Normalitas dan Uji Linieritas)	66
Lampiran 4	Hasil Analisis Korelasi <i>Product Moment</i>	70
Lampiran 5	Norma Kategorisasi	75
Lampiran 6	<i>Blueprint</i> dan Skala Penelitian	80
Lampiran 7	Daftar Sampel Penelitian	87
Lampiran 8	Dokumentasi Penelitian	91
Lampiran 9	Surat Penelitian	93

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TENTANG BEBAN KERJA DENGAN
STRES KERJA PADA KARYAWAN PT. X DI MANGKUYUDAN,
NGABEYAN, KARTASURA, SUKOHARJO**

Ida Furi Sukmawati

idafuri1012@gmail.com

Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si., Psi.

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Stres di tempat kerja merupakan suatu fenomena yang sering terjadi di dalam suatu organisasi. Salah satu faktor yang mempengaruhi stres kerja yaitu persepsi terhadap beban kerja. Penilaian yang buruk terhadap suatu pekerjaan akan membuat karyawan kurang bersemangat dalam bekerja sehingga mengakibatkan stres kerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi tentang beban kerja dengan stres kerja Karyawan PT. X. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Sampel penelitian berjumlah 84 karyawan dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis *Product Moment*. Hasil perhitungan *product moment* diperoleh nilai koefisien korelasi $r(xy) = -0,266$ dengan signifikansi $= 0,007$; ($p < 0,01$), artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara persepsi tentang beban kerja dengan stres kerja. Sumbangan efektif persepsi tentang beban kerja karyawan terhadap stres kerja sebesar 26,60%. Dari hasil penelitian ini juga diketahui bahwa persepsi tentang beban kerja dan stres kerja tergolong tinggi.

Kata Kunci : persepsi tentang beban kerja, stres kerja, karyawan

**RELATIONSHIP BETWEEN THE PERCEPTION OF WORK LOADS
WITH WORK STRESS OF PT. SCM EMPLOYEES
AT MANGKUYUDAN, NGABEYAN, KARTASURA, SUKOHARJO**

Ida Furi Sukmawati

idafuri1012@gmail.com

Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si., Psi.

Faculty of Psychology

Muhammadiyah University of Surakarta

Abstract

Stress at work is a phenomenon that often occurs within an organization. One factor that influences work stress is the perception of workload. Poor assessment of a job will make employees less eager to work, resulting in work stress. The purpose of this study was to determine the relationship between perceptions about workload and work stress of PT. SCM employees. The method in this study uses quantitative methods. The research sample were 84 employees by sampling using purposive sampling techniques. Data collection methods use scale. Data analysis techniques using Product Moment analysis techniques. The product moment calculation results obtained by the correlation coefficient $r(xy) = -0.266$ with significance = 0.007; ($p < 0.01$), meaning that there is a very significant negative relationship between perceptions about workload with work stress. Effective contribution of perceptions about employee workload on work stress by 26.60%. From the results of this study it is also known that perceptions of workload and work stress are classified as high.

Keywords: perceptions about workload, work stress, employees